

자아존중감, 성격 및 이성교제 요인이 여대생의 정적 정서에 미치는 영향

김 은 주*

I. 서 론

1. 연구의 필요성

정서조절이 가장 어려운 시기는 청소년기이다(Moon & Jwa, 2008). 이 시기 중 대학생 집단은 중·고등학생에 비해 정서조절능력이 뛰어나기는 했지만 자아정체감과 독립의 문제에 직면하고 학업, 진로, 이성문제 등 다양한 내외적 심리적 문제에 부딪히며 정서적 갈등을 경험하는 시기로 중·고등학생 시기와 유사한 정서조절의 어려움을 경험한다. 이에 따라 대학생 집단도 중·고등학생 시기와 같이 정서조절에 도움이 되지 않는 부적응적인 정서조절방략을 자주 사용한다고 한 바 있다(Lee & Lee, 2011).

정서구조는 크게 정적 정서와 부정적 정서 두 요소로 나눌 수 있다. 정적 정서는 기쁨, 애정과 같은 유쾌한 정서로 삶이 바람직한 방식으로 진행되고 있는 상황에 대한 개인의 반응이다. 부정적 정서는 불쾌한 정서로 자신의 삶, 건강, 환경에 대한 분노, 슬픔과 같은 부정적인 반응을 의미한다(Watson, Clark, & Tellegen, 1988). 이러한 정적 정서와 부정적 정서 두 요소는 반

대 특성을 지니어 한쪽 특성이 두드러지면 다른 쪽 특성이 감소된 것처럼 보일 수 있지만, 실제적 연구결과 상에서는 기능적으로 서로 독립하여 작용하고 있음을 보여주고 있다(Diener & Larsen, 1984; Kang & Kim, 2009). 즉, 이는 정적 정서와 부정적 정서에 영향을 미치는 요인이 서로 다를 수 있음을 제시하고 있는 것이다. 대다수 연구가 이 두 요소 중 부정적 정서를 조절하는 것에 관심을 기울였고 정적 정서의 조절에는 관심을 거의 갖지 않았으나, 최근에는 정적 정서의 관리와 중요성도 인식하기 시작하였다(Diener & Larsen, 1984; Koo & Kim, 2006).

이러한 정적 정서의 산물인 행복감과 관련하여, Diener와 Larsen (1984)은 행복감의 52%가 성격적인 개인의 심리적 특성과 관련 있고, 23%만이 학력, 직업, 수입 같은 객관적인 요인과 관련이 있다고 하였다. 특히 성격, 자아존중감, 적응능력 같은 개인의 심리적 특성이 행복을 결정한다고 하였다.

Kim (2009)은 대학생의 행복감에 영향을 주는 변수로 정적 정서를 제시하였고, Kim (2007)는 정서평정과 자존감이 서로 연관성이 있다고 하였다. 다양한 연구에서 개인의 심리적 특성 중 자아존중감은 행복감

* 한서대학교 간호학과 교수(교신저자 E-mail: eunjkim@hanseo.ac.kr)

• Received: 26 July 2015 • Revised: 30 July 2015 • Accepted: 25 August 2015

• Address reprint requests to: Kim, Eun-Ju

Dept. of Nursing, Hanseo University

360 Daegok-ri, Haemi-myun, Seosan-si, Chungcheongnam-do, Korea, 31962

Tel: 82-41-660-1074 Fax: 82-41-660-1087 E-mail: eunjkim@hanseo.ac.kr

과 연관성이 있었으며(Kang & Kim, 2009; Kim, 2009; Lee, H. S., 2013), 성격요인도 정서와 관련되어 있다는 연구결과도 제시된바 있다(Koo, 2005; Kang & Kim, 2009). 이와 같이 행복과 같은 정적 정서가 자아존중감, 성격과 같은 비교적 안정적인 내적 속성에 의해서 영향 받는다는 사실이 일련의 연구들을 통해서 제시된바 있다. 그러나 여대생을 대상으로 정적 정서와 자아존중감, 성격 및 이성교제 요인과의 관계를 연구한 논문은 없다.

그 동안 정서는 자기 조절의 측면에서 효과적인 심리적 개입을 통해 조절하여 왔으며, 임상 현장에서도 정서적 조절 전략을 통해 현실 적응력 수준을 높이는 방법의 개입으로 사용되어 왔다(Fredrickson, 1998). 특히 정적 정서인 긍정적인 감정의 산출은 창조적인 생각과 효율적인 문제 해결을 촉진하고, 자기 조절을 높이고, 협동과 같은 바람직한 사회적 결과를 증진하고, 정신적 건강 뿐만 아니라 신체적 건강에 기여하는 것으로 나타나 이에 대한 연구의 필요성이 제시되고 있다(Kim, 2007).

특히 여대생의 경우 학업문제, 진로문제, 가족관계문제에서 남학생보다 스트레스가 높게 나타나 대처에 어려움을 겪고 있어(Jeon & Kim, 1999) 이에 따른 여대생의 정서에 관심을 가질 필요성이 있다. 또한 대학생의 행복정도를 예측하는데 이성친구의 유무가 영향력을 미치는데(Park, 2012), 특히 여대생은 남자친구가 있는 경우 자아존중감이 높아지고 정서적 안정감을 얻었다고 하여(Cheon, 2005) 여대생의 이성교제에 따른 변수들도 여대생의 정적 정서 영향변수로 고려해볼 필요가 있다.

이에 따라 본 연구에서는 여대생을 대상으로 정적 정서에 영향을 미치는 변수들의 영향력을 파악하고자 한다. 특히 여대생 개인의 심리적 특성과 관련 있는 자아존중감, 성격뿐만 아니라 일반적 특성, 이성교제에 따른 객관적인 요인들이 여대생의 정적 정서에 어떻게 영향력을 미치고 있는지 파악하고자 한다. 이를 통해 여대생의 효과적인 정적 정서 조절에 대한 대처방안 및 전략을 세우기 위한 기초자료를 제공하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구는 여대생을 대상으로 자아존중감, 성격 유형 뿐만 아니라 인구사회학적 요인, 이성교제에 따른 요인들이 여대생의 정적 정서에 어떻게 영향을 미치고 있는지 파악하기 위해 수행되었다. 이에 대한 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 여대생의 일반적 특성에 따른 정적 정서 수준을 파악한다.
- 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 자아존중감, 성격유형, 인구사회학적 요인에 대한 설명력을 분석한다.
- 이성친구가 있는 경우 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 자아존중감, 성격유형, 인구사회학적 요인, 이성교제 요인에 대한 설명력을 분석한다.
- 이성친구가 없는 경우 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 자아존중감, 성격유형, 인구사회학적 요인에 대한 설명력을 분석한다.

II. 연구 방법

1. 연구 설계

본 연구는 여대생의 정적정서에 영향 미칠 수 있는 자아존중감, 성격유형, 인구사회학적 요인 및 이성교제 요인의 영향력을 규명하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구 대상

본 연구는 충청남도 3개 대학의 여대생 335명을 대상으로 하였다. 350명에게 설문지를 배부하였으나 그 중 339부가 회수되어 회수율은 96.7%이었다. 그 중 불성실한 대담으로 분석이 불가능한 4부를 제외한 총 335부를 분석 자료로 사용하였다.

연구대상 수는 G*Power 프로그램에 의해 분석하였으며, 다중회귀분석 시 유의수준 .05, 효과크기 .15, 검정력 .95를 기준으로 하였을 때 107명이 적정 표본수로 제시되어 본 연구의 대상자수는 충족되었다.

3. 연구 도구

1) 정적 정서

정적 정서와 부정적 정서를 측정하기 위해서 Watson, Clack과 Tellegen (1988)이 개발한 PANAS (Positive Affect and Negative Affect Schedule)를 Lee (1995)가 번안한 도구를 사용하였다. PANAS 도구는 정적정서 10문항, 부정정서 10문항의 총 20문항으로 구성되어 있으며, 자신에게 해당되는 자가보고형 기분 정도를 측정하도록 되어 있다. 본 연구에서는 부정적 정서 10문항을 제외한 정적 정서 내용, 즉 흥미진진한, 민활한, 강한, 원기 왕성한, 단호한, 주의 깊은, 흥분된, 열정적인, 자랑스러운, 활기찬 등의 10문항만을 측정하였다. 개개 문항은 Likert 5점 척도를 사용하여 최근 2주간 느낀 감정이나 기분의 정도를 표시하도록 하였으며, 점수가 높을수록 정적 정서가 높음을 의미한다. 본 연구에서 정적 정서 변수 척도의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .93이었다.

2) 자아존중감(Self-Esteem)

자아개념의 평가적 요소로서 자신을 긍정적으로 수용하고 가치 있는 인간으로 인지하는 것으로 본 연구에서는 Rosenberg (1965)의 자아존중감 측정도구 (self-esteem scale)를 Jeon (1974)이 번안한 도구를 사용하였다. 개인의 자존감 즉, 자존감 척도와 자아 승인 양상을 측정하는 총 10문항으로 구성되어 있으며 문항 당 4점 척도로 점수가 높을수록 자아존중감이 높음을 의미한다. 본 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .80이었다.

3) DISC (Dominance, Influence, Steadiness, Consciousness) 성격유형

DISC 성격유형은 Marston (1928)이 개발한 도구로써 본 연구에서는 Korea Educational Consulting Institute (2002)가 번역하여 제작한 DISC 성격유형 한국어판의 간이형을 사용하였다. 본 도구는 24개 문항으로 총 96가지의 형용사로 구성되어 있다. 각 문항은 주도형(Dominance), 사교형(Influence), 안정형(Steadiness), 신중형(Consciousness)에 해당되는 4가지 형용사로 구성되어 있는데 24개 문항마다 4가지 형용사 중에서 자신을 가장 잘 표현하는 단어를 선택하도록 되어 있다. 4가지 성격유형 중 이에 해당되는 형

용사를 가장 많이 선택한 경우 본인의 성격유형으로 분류된다. 즉, 이를 통해 타인과 구별되는 특징적인 개인의 행동유형인 주도형, 사교형, 안정형, 신중형의 하위 변인으로 분류된다. 본 연구에서 도구의 신뢰도 Cronbach's α 값은 .74이었다.

4) 이성교제 요인

이성교제 요인과 관련된 문항은 기존의 선행연구를 참조로 연구자가 작성하였다. 문항은 남자친구의 키, 몸무게, 나이 차이, 학력, 경제수준, 월별 다툼횟수 등으로 총 6개 문항으로 구성되어 있다.

5) 인구사회학적 요인

인구사회학적 요인 문항은 연구자가 작성하였으며, 문항은 연령, 전공, 경제수준, 종교, 남자친구 유무 등으로 총 5개 문항으로 구성되어 있다.

4. 자료 수집

자료 수집은 연구자가 충청권 3개교에 전화 또는 직접 방문하여 연구 취지를 설명하고 설문조사 협조를 요청하였고 참여에 동의한 대상자들에게 설문작성 방법을 설명하여 실시하였다. 조사면접자 15명에 의해 수행되었으며, 연구자에 의해 설문 조사에 대한 사전교육을 받고 투입됨으로서 자료수집 절차상의 오차를 최소화시키고 자료수집자 간 신뢰도를 높이고자 하였다. 조사면접자들은 여대생들을 대상으로 구조화된 설문지를 나누어 주고 직접 기입하도록 한 후 회수하였다. 설문지 응답은 15분 정도 소요되었고, 자료수집 과정에서 대상자에게 윤리적인 고려를 위해 수집된 자료는 연구목적으로만 사용할 것과 비밀보장 됨을 사전에 설명하였다. 또한 연구의 목적과 설문지 내용을 설명하고 회수된 자료는 익명으로 처리됨을 알린 후 연구 참여에 동의하는 서면동의서를 작성한 자발적인 참여자를 대상으로 조사하였다.

5. 자료 분석

수집된 자료는 SPSS/WIN 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성은 빈도와 백분율

로 분석하였으며, 대상자의 일반적 특성에 따른 정적 정서 수준의 차이는 t-test와 ANOVA로, 사후검정은 Scheffé test로 분석하였다. 대상자의 정적 정서에 영향을 미치는 자아존중감, 성격유형, 인구사회학적 요인 및 이성교제요인 등의 설명력은 단계적 다중회귀분석(Stepwise Multiple Regression Analysis)을 통해 분석하였다.

III. 연구 결과

1. 일반적 특성에 따른 정적 정서 수준

대상자의 나이는 평균 21.3세로 연령대는 20-21세가 203명(60.6%)으로 가장 많았고, 전공은 보건계열이 163명(48.7%)이 가장 많았다. 가정의 경제수준은 보통이 225명(67.2%)으로 가장 많았으며, 종교가 있는 경우가 169명(50.4%)이었다. 남자친구가 있는 경우는 127명(37.9%)이었으며, 성격은 안전형 124명(37.0%), 사교형 115명(34.3%), 주도형 51명(15.2%), 신중형 45명(13.4%)이었다.

여대생의 정적 정서 수준은 나이($F=1.10, p=.349$)나 전공별($F=0.41, p=.745$), 종교유무($t=-0.39, p=.700$)에 따라 유의한 차이는 없었다. 그러나 경제수준($F=17.44, p<.001$), 이성친구 유무($t=5.13, p<.001$), 성격유형($F=12.63, p<.001$)에 따라서는 유의한 차이가 있어, 경제수준은 보통이나 낮은 경우에 비해 높은 경우가, 남자친구는 없는 경우보다는 있는 경우가, 성격은 주도형이나 신중형에 비해 사교형이나 안전형의 경우가 여대생의 정적 정서 수준이 높았다(Table 1).

2. 여대생 정적 정서의 영향요인

여대생 정적정서에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 단계적 다중회귀분석을 하였다. 독립변수들 간의 상관계수는 .10-.47로 예측변수들이 독립적임이 확인되었으며, 오차의 자기상관 검사에서 Durbin-Watson 통계량이 0.931로 잔차의 독립성에 문제가 없었으며, 분산팽창지수(VIF)가 .912-1.000로 다중공선성의 문제가 없어 본 회귀분석의 결과는 신뢰할 수 있는 것

Table 1. Positive Affect Level by General Characteristics of Female College Students (N=335)

Variable	Category	N(%) or M±SD	Positive mood state			
			M±SD	t or F	p	Scheffé
Age (yr)		21.3±1.36				
	<20	9(2.7)	2.9±0.56			
	20-21	203(60.6)	3.0±8.89	1.10	.349	
	22-23	103(30.7)	3.1±0.90			
	≥24	20(6.0)	3.4±0.20			
Major	Health science	163(48.7)	3.0±0.87			
	Humanities	94(28.0)	3.1±0.90			
	Engineering	16(4.8)	3.2±0.83	0.41	.745	
	Others	62(18.5)	3.1±0.92			
Economic status	Well	55(16.4)	3.7±0.71			a
	Moderate	225(67.2)	3.0±0.86	17.44	<.001	b
	Poor	55(16.4)	2.8±0.90			b
Religion	Have	169(50.4)	3.0±0.89			
	None	166(49.6)	3.1±0.89	-0.39	.700	
Presence of boyfriend	Have	127(37.9)	3.4±0.84			
	None	208(62.1)	2.9±0.86	5.13	<.001	
Personality	Dominance	51(15.2)	2.7±0.75			a
	Influence	115(34.3)	3.2±0.88			b
	Steadiness	124(37.0)	3.3±0.84	12.63	<.001	b
	Consciousness	45(13.5)	2.5±0.89			a

Table 2. Variables Affecting Positive Affect of Female College Students (N=335)

Variable	R ²	Cum. R ²	β	t	p
Self-esteem	.230	.230	0.39	8.54	<.001
Personality: dominance	.067	.297	-0.35	-6.48	<.001
Personality: steadiness	.030	.327	-0.18	-3.20	.008
Economic status	.022	.349	0.13	2.90	.005
Presence of boyfriend	.012	.361	0.12	2.48	.021
F(p)	F=22.45 (p<.001)				

Dummy variables (reference group): Personality: dominance(Non-dominance), Personality: steadiness (Non-steadiness), Presence of boyfriend (Absence)

Table 3. Variables Affecting Positive Affect of Female College Students Who Have a (N=127)

Variable	R ²	Cum. R ²	β	t	p
Self-esteem	.148	.148	0.42	5.45	<.001
Boyfriend's economic status	.120	.268	0.28	3.50	<.001
Boyfriend's height	.048	.316	0.22	2.81	.004
F(p)	F=18.45 (p<.001)				

로 판단되었다.

여대생 정적정서에 대한 모형의 설명력은 36.1%이었으며, 통계적으로 유의하였다(F=22.45, p<.001). 자아존중감(t=8.54, p<.001)이 높을수록, 비주도형(t=-6.48, p<.001)과 비신중형(t=-3.20, p=.008) 성격유형일수록, 또한 인구사회학적 특성 중에서 경제수준이 높을수록(t=17.44, p<.001), 남자친구가 있는 경우(t=5.13, p<.001) 여대생의 정적 정서 수준이 유의하게 높아 영향력 있는 변수이었다(Table 2).

3. 이성친구 유무에 따른 여대생 정적 정서의 영향요인

이성친구가 있는 여대생 정적정서에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 단계적 다중회귀분석을 하였다. 독립변수들 간의 상관계수는 .10-.47로 예측변수들이 독립적임이 확인되었으며, 오차의 자기상관 검사에서 Durbin-Watson 통계량이 1.482로 잔차의 독립성에 문제가 없었으며, 분산팽창지수(VIF)가 .991-1.000로 다중공선성의 문제가 없어 본 회귀분석의 결과는 신뢰할 수 있는 것으로 판단되었다.

이성친구가 있는 여대생 정적정서에 대한 모형의 설명력은 31.6%이었으며, 통계적으로 유의하였다(F=18.45, p<.001). 자아존중감(t=5.45, p<.001)이 높

을수록 여대생 정적정서 수준이 높았으며, 이성교제 관련특성 중 이성친구의 경제수준(t=3.50, p<.001), 이성친구의 키(t=2.81, p=.004)가 영향력 있는 변수이었다(Table 3).

이성친구가 없는 여대생 정적정서에 영향을 미치는 요인을 파악하기 위하여 단계적 다중회귀분석을 하였다. 독립변수들 간의 상관계수는 .05-.47로 예측변수들이 독립적임이 확인되었으며, 오차의 자기상관 검사에서 Durbin-Watson 통계량이 1.825로 잔차의 독립성에 문제가 없었으며, 분산팽창지수(VIF)가 .941-1.000로 다중공선성의 문제가 없어 본 회귀분석의 결과는 신뢰할 수 있는 것으로 판단되었다.

이성친구가 없는 여대생 정적정서에 대한 모형의 설명력은 43.6%이었으며, 통계적으로 유의하였다(F=24.43, p<.001). 자아존중감(t=6.96, p<.001)이 높을수록 여대생 정적정서 수준이 높았으며, 비주도형(t=-7.76, p<.001)과 비신중형(t=-4.81, p<.001) 성격유형일수록, 또한 인구사회학적 특성 중에서 경제수준이 높을수록(t=2.40, p=.003) 여대생의 정적 정서 수준이 유의하게 높아 영향력 있는 변수이었다(Table 4).

IV. 논 의

Table 4. Variables Affecting Positive Affect on Female College Students Who Have not a Boyfriend (N=208)

Variable	R ²	Cum. R ²	β	t	p
Self-esteem	.244	.244	0.38	6.96	<.001
Personality: dominance	.113	.357	-0.48	-7.76	<.001
Personality: steadiness	.063	.420	-0.29	-4.81	<.001
Economic status	.016	.436	0.13	2.40	.003
F(p)	F=24.43 (p<.001)				

Dummy variables (reference group): Personality: dominance (non-dominance), Personality: steadiness (non-steadiness)

일반적으로 사람들은 행복과 기쁨, 즐거운 기분과 같은 긍정적인 감정인 정적 정서를 유지하기 위해 노력한다. 그러나 이러한 일반 통념과는 달리 모든 사람들이 즐거운 기분을 유지하기 위한 동기를 가지지는 않는다(Kim, 2007). 다양한 내외적 영향요인에 따라 정적 정서 등을 유지하기 위한 정서조절 동기가 영향을 받기 때문이다.

대학생들은 긍정적 정서는 많이 경험하고 비교적 부정적 정서는 적게 경험한다고 한다(Ko, 2012). 그럼에도 불구하고 대학생이 지각하는 스트레스 수준은 보통 정도보다 높았고(Lee & Kim, 2012), 학업 및 진로 스트레스 등 다양한 부정적인 심리적 스트레스가 존재하여, 이에 대한 적절한 대처능력과 정신건강을 위한 예방적 노력이 필요하다고 하였다(Jang, 2014). 즉, 어려운 상황에서도 긍정적인 감정을 유발하고 유지하는 정적 정서의 역할이 필요한 것이다.

본 연구 결과, 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 변수는 자아존중감, 주도형과 신중형의 성격유형, 경제수준, 이성친구 유무이었다.

이중 가장 영향력이 큰 변수는 자아존중감이었다. 이는 자아존중감이 정서에 영향을 주는 주요 변수라고 한 Kim (2007)의 연구결과와 일치하는 것으로, 자기존중감이 행복감(Kang & Kim, 2009; Lee, H. S., 2013)과 또한 대학생 삶의 의미(Kim, 2013)와도 연관이 있다고 한 연구결과와도 맥락을 같이하고 있다.

본 연구에서는 이성친구가 있는 경우나 없는 경우에서도 자아존중감이 모두 영향력 있는 변수로 나타나 여대생의 행복과 기쁨, 즐거운 기분과 같은 정적 정서를 유지하기 위해서는 높은 자아존중감을 유지하는 것이 중요한 관건인 것으로 나타났다.

정적 정서과 부정적 정서는 서로 독립적이어서

(Diener & Larsen, 1984; Kang & Kim, 2009), 정적 정서에 영향을 주는 요인과 부정적 정서에 영향을 주는 요인은 각각 다르다고 봐야한다. 그럼에도 불구하고 정적 정서와 부정적 정서 양쪽 모두에게 영향력을 미칠 수 있는 특성이 자아존중감이다(Kim, 2007).

Kim (2007)은 자아존중감이 높은 사람은 정적 정서를 더 많이 느끼고 표현하여 쉽게 행복감을 느끼는 반면에, 자아존중감이 낮은 사람은 정적 정서가 부족하여 전반적으로 행복감에 대한 정서가 부족하다고 하였다. 또한 자아존중감은 기분을 전환하려는 동기 즉, 정서조절 동기에 있어서 매우 중요한 요소라 하였다. 즉, 자아존중감이 높은 사람은 행복을 지속할 수 있다는 확신을 갖고 행동화하여 부정적인 사건을 경험한 뒤에도 긍정적 정서로 전환하려고 하는 동기가 강하다. 반면에 자아존중감이 낮은 사람은 긍정적인 정서로 회복할 수 있는 자신감도 부족하고 또 이를 지속할 수 있다는 믿음이 약하여 부정적인 사건을 경험한 이후에도 기분을 향상시키려는 동기화가 힘들다는 것이다(Kim, 2007).

이러한 스트레스 등 어려운 상황에서 여대생의 정적 정서를 높이고 유지하는 중재방법이나 대처방법의 하나로 자아존중감의 역할이 중요하다. 즉, 여대생들에게 자아존중감 개선을 위한 개입 프로그램을 통해 상황에 따른 정서조절기능을 높임으로서, 협동과 같은 바람직한 사회적 결과를 증진하고, 열정을 갖고 삶에 접근하는 등 긍정적인 효과를 높일 수 있을 것으로 사료된다.

성격요인이 정서적 요소와 연관성이 있다는 것은 기존의 연구에서도 제시된 바 있다(Kang & Kim, 2009; Koo, 2005). Kang과 Kim (2009)은 대학생의 삶의 만족에는 긍정적 정서와 주관적 안녕감, 외향-내향 성격지표가 영향을 미치며, 정서 중에서는 부정적 정서보다 긍정적 정서가 더 큰 영향을 미친다고 하였다.

본 연구에서도 주도형과 신중형의 성격유형이 비주도형과 비신중형의 성격유형에 비해 여대생의 정적 정서는 낮은 것으로 나타나 일부 성격유형은 여대생의 정적정서에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 사교형과 안정형의 성격유형은 유의한 영향력이 없었다.

주도형은 분명한 권한이 주어질 때, 신중형은 주어진 환경 안에서 논리적이고 체계적인 접근을 통한 정당한 평가와 보상이 제공될 때 행동의 동기가 부여된다. 하지만 이 두 가지 성격유형은 지나친 간섭이나 통제와 같은 강제적인 환경이거나 또는 질을 보장 받을 수 없는 경우에는 스트레스를 받으며 회피하고자 한다(DiSC Classic, 2001). 즉, 스스로 장애를 극복하고 환경을 조성하는 주도형 성격유형과 주어진 환경이지만 완벽하고 신중하게 일을 하는 신중형의 성격유형은 오히려 여대생의 정적 정서를 낮추는 부정적인 영향을 미칠 수 있는 것이다.

그렇다고 타인과 교제 및 대화 할 수 있는 환경을 조성하는 것을 좋아하는 사교형의 성격유형이나 안정적인 것을 선호하여 양보하거나 순응적인 경향을 보이는 안정형 성격유형(DiSC Classic, 2001)이 여대생의 정적 정서와는 무관하였다.

본 연구에서 경제수준이 높을수록 여대생의 정적 정서 수준은 높았다. Park (2012)도 경제력은 대학생의 행복정도와 유의한 차이가 있다고 한 바 있다. Sung (2008)도 여대생의 대학생활 적응수준을 자아존중감과 경제상태만으로 28.6%를 설명할 수 있다고 하여 경제수준을 주요한 요인으로 제시한 바 있다.

대학생들도 자유를 누리며 취미생활 등 여유로운 생활에 대한 욕구와 자기개발을 통해 원하는 직업을 갖고 경제적으로 여유 있는 삶을 살기를 바라는 욕구를 갖고 있다. 우리나라는 소득수준의 향상과 교육기회의 확대 등 사회의 구조적, 체제적 개선에도 불구하고 청년들은 무한생존경쟁 속에서 취업 및 경제문제로 불안감에 휩싸여 있다. 이에 따라 대학생들이 가장 관심을 갖고 고민하는 취업과 연관된 경제력은 여대생의 정적 정서에도 영향을 미쳤을 것으로 사료된다.

여대생의 경우 이성친구의 존재로 인해 자아존중감이 높아지고 정서적 안정감이 생긴다고 한다(Cheon, 2005). 또한 청년기의 이성교제는 남자, 연애, 인간관계, 결혼 등에 대해 새롭게 자신의 가치관을 정립하게

하며, 스스로를 돌아볼 수 있는 성숙의 계기를 만들어 자신에 대한 새로운 발견을 하게 해준다는 의미가 강한 것으로 나타났다(Cheon, 2005).

본 연구에서도 이성친구 유무는 여대생의 정적 정서에 영향을 미쳐서, 이성친구가 있는 여대생의 정적 정서가 이성친구가 없는 경우에 비해 높았다.

Park (2012)의 연구결과에서도 대학생의 행복정도는 이성친구가 있는 경우에 더 높게 나타났는데, 대학생의 행복에 영향을 미치는 요인별 점수를 100점 만점으로 환산하였을 때 이성친구 존재는 85.6점으로 행복수준에 영향을 미치는 요인 중 가장 높았다. Kim, Kim, Cha, Lim과 Han (2003)에 의하면, 젊은 세대는 일반적으로 자신에 대한 영역이나 가까운 사람과의 관계에서 더 행복을 느끼고, 나이든 집단은 보다 넓은 사회 환경적 조건이나 종교생활에서 더 행복을 느낀다고 한다. 이와 같이 대학생들에게 이성친구는 발달단계상 행복에 영향을 미치는 주요한 요인이기 때문에 (Park, 2012), 이 시기의 이성친구는 정적 정서에 주요한 영향 변수인 것으로 사료된다.

이성친구가 없는 여대생 정적 정서의 경우, 자아존중감과 주도형과 신중형의 성격유형, 대상자의 경제수준이 여대생의 정적 정서에 영향을 미쳐 일반 여대생의 정적 정서와 다르지 않았다. 반면 이성친구가 있는 여대생 정적 정서의 경우, 자아존중감, 경제수준은 이성친구의 유무와도 무관하게 여전히 영향을 미치는 변수이었다. 하지만 이성교제 요인 중 남자친구의 경제수준, 남자친구의 키가 새롭게 영향력 있는 변수로 제시되었고, 본인의 어떤 유형의 성격관련 특성도 정서상에는 영향력이 없는 것으로 나타나 이성친구가 없는 여대생과는 다른 양상을 보였다.

Chun (2005)은 여대생의 체험을 통해 본 이성교제의 의미를 분석한 결과, 여대생은 이성교제를 하면서 일상생활이나 생활패턴이 모두 이성친구 중심으로 변화하는 경험을 한다고 하였다. 즉, 여대생들은 연애를 함으로써 시간적, 정서적, 사회적인 모든 측면에서 이성친구와의 관계가 무엇보다도 최우선순위를 차지하게 되면서, 이성친구와 자신을 동일시하는 등 전형적인 의존성 연애의 특성을 보여주고 있다고 하였다. 본 연구에서도 이성친구가 있는 여대생의 정적 정서 상태는 자신만이 가지고 있는 독특한 특성인 성격적 특성과는 무관하며,

오히려 이성친구의 키나 경제력 등의 이성친구의 외적 요인에 정서적 몰입 수준이 높아지는 등 의존성 연애가 가지고 있는 특성을 반영하고 있는 것으로 나타났다.

최근까지는 정서적인 측면에서 우울증과 같은 개인의 손상된 기능을 회복하는데 연구의 초점이 맞추어져 있었으며, 건강한 정신과 적응과 관련된 정적정서과 같은 긍정적 측면에는 소홀히 한 것은 사실이다. 상담학계에서도 정상인들로 하여금 특수한 변화나 문제 상황에서 능동적으로 대처할 수 있는 태도와 능력을 발달시키는 것이 중요함을 지적하고 있다. 즉, 문제가 발생할 때까지 기다렸다가 찾아오는 사람을 진단하고 치료 해주는 소극적인 자세보다는 적극적으로 개인의 태도 형성과 능력개발에 도움이 되는 다양한 상담 프로그램 개발의 필요성이 제기되고 있는 것이다(Lee, 1998).

본 연구 결과, 여대생의 정적 정서에는 자아존중감, 일부 성격 유형, 경제력 및 이성교제 요인들이 영향을 미치고 있었다. 이에 따라 자아존중감, 성격특성 개입 프로그램 및 상담 등을 통해 정적 정서를 높일 수 있는 동기 유발과 정서조절 개선에 따른 예방적 관리를 통해서 대학생들 적응을 향상시킬 필요가 있다.

V. 결 론

본 연구는 여대생 개인의 심리적 특성과 관련 있는 자아존중감, 성격 유형뿐만 아니라 인구사회학적 요인, 이성교제에 따른 객관적인 요인들이 여대생의 정적 정서에 어떻게 영향력을 미치고 있는지 파악하여, 이를 통해 여대생의 효과적인 정적 정서 조절에 대한 대처방안 및 전략을 세우기 위한 기초자료를 제공하고자 수행되었다.

연구 결과, 여대생의 정적정서에 영향을 미치는 변수는 자아존중감, 주도형과 신중형의 성격유형, 경제수준, 이성친구 유무이었다. 또한 이성친구가 있는 여대생의 정적정서에 영향을 미치는 변수는 자아존중감, 대상자의 경제수준 외에 남자친구의 경제수준, 남자친구의 키가 영향력 있는 변수이었으며, 대상자의 성격관련 특성은 영향력이 없어 다른 양상을 보여주었다.

정적 정서인 긍정적인 감정은 정신건강 뿐만 아니라 신체건강에도 기여할 수 있다. 정서는 자기 조절의 측면에서 효과적인 심리적 개입을 통해 조절이 가능하

로 심각한 정서적 문제가 발생하기 이전에 예방차원으로 수행될 수 있다. 따라서 여대생의 정적정서에 영향을 미치는 변수들의 중재 프로그램 등을 통해 여대생의 정적 정서 수준을 높임으로서 대학생활에 대한 적응을 향상시킬 필요가 있다.

이에 따라 이론적 측면에서 본 연구 결과는 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 변수들을 파악함으로써 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 것으로 나타난 주요 변인들을 복합적으로 중재하는 통합적인 중재 연구에 기초 자료를 제공할 수 있을 것이다.

간호실무 측면에서는 여대생의 정적 정서에 영향을 미치는 주요 예측 요인을 중심으로 긍정성 훈련 등의 자아존중감 개선 프로그램, 성격특성 개선 프로그램 및 이성교제와 관련된 상담 등의 통합적이고 효과적인 정서 중재 프로그램의 개발에 도움을 줄 수 있을 것이다.

하지만 본 연구는 충남의 3개 대학생을 대상으로 하였고, 보건계열 대학생의 편중으로 대표성이 결여된 제한점이 있어 연구 결과를 일반화시키기에는 어려움이 있으므로 대표성 있는 대상자를 통한 반복연구가 필요하다. 또한 중재 프로그램 등이 여대생의 정적 정서 수준 향상에 어떻게 또한 얼마나 영향을 주는지에 대한 체계적인 후속 연구가 체계적이고 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

References

- Cheon, H. J. (2005). Subjective meanings of dating experiences for female college students. *Family and Culture, 17*(3), 19-48.
- Diener, E. & Larsen, R. J. (1984). Temporal stability and cross-situational consistency of affective, behavioral, and cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 871-883. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.47.4.871>.
- DiSC Classic (2001). *Everything DiSC classic validation report*. Minneapolis: Inscape Publishing.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology, 2*,

- 300-319. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.300>.
- Jang, J. H. (2014). *The effects of motivation management program on stress response, self-efficacy and subjective well-being in the female university students with academic and career stress*. Unpublished master's thesis, Duksung Women's University, Seoul.
- Jeon, Y. J. & Kim, S. J. (1999). Study on college students stress and coping. *Inha University Student Life Research*, 3, 157-178.
- Jeon, B. J. (1974). Self-esteem: A test of its measurability. *Younsei Studies*, 11, 107-129.
- Kang, Y. K. & Kim, J. H. (2009). A relationship of egogram personality characteristics of college students and satisfaction with life scale: Verifying mediation effect of positive and negative affect. *Korea Journal of Counseling*, 10(1), 627-650.
- Kim, C. G. (2013). Effects of perceived death and self-esteem on meaning in life among university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 27(3), 539-550.
- Kim, E. J. (2007). *Self-esteem influencing the relationship of mood state, achievement goal, and mood regulation*. Unpublished master's thesis, Kyungpook National University, Daegu.
- Kim, H. J. (2009). *Influence of positive emotion, flow and meaning in life of university students upon their happiness*. Unpublished master's thesis, Keimyung University, Seoul, Korea.
- Kim, M. S., Kim, H. W., Cha, K. H., Lim, J. Y., & Han, Y. S. (2003). Exploration of the structure of happy life and development of the happy life scale among Korean adults. *The Korean Journal of Health Psychology*, 8, 415-442.
- Koo, J. S. (2005). *The relationship among personality, efficacy beliefs, life experiences and subjective well-being: indigenous psychological analysis*. Unpublished doctoral dissertation, Chung-Ang University, Seoul.
- Koo, J. S. & Kim, U. C. (2006). Integrated relationship among psychological trait, life experience, and subjective well-being. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 20(4), 1-18.
- Korea Educational Consulting Institute (2002). *DISC personal profile system*. Seoul: Korea Educational Consulting Institute.
- Ko, Y. N. (2012). The relationship between personality type and well-being in college students. *The Korea Educational Review*, 18(3), 49-71.
- Lee, H. D. (1998). A counseling model in the changing era. *Journal of Student Guidance Research*, 16, 15-27.
- Lee, H. S. (2013). *The effect of parent's emotional support on high school student's happiness: the mediating effects of emotional intelligence and self-esteem*. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Lee, S. H. & Kim, S. J. (2012). The degree of perceived stress, depression and self esteem of university students. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 26(3), 453-464.
- Lee, S. J. (2013). *Diabetes self-management according to the DISC personality type and diabetes-related distress in older adults with type II diabetes*. Unpublished master's thesis, Seoul National University, Seoul.
- Lee, W. H. & Lee, J. Y. (2011). Emotion dysregulation and emotion regulation strategies of adolescents: Comparing middle and high school students with university students. *Journal of Human Understanding*

- and Counseling*, 32(2), 195-212.
- Lee, Y. J. (1995). *The effects of personality traits on mood level and its variability*. Unpublished doctoral dissertation, Chung-Ang University, Seoul.
- Marston, W. M. (1928). *Emotions of normal people*. New York: Harcourt, Brace and Company. <http://dx.doi.org/10.1037/13390-000>.
- Moon, Y. J. & Jwa, H. S. (2008). The effect of academic stress on psychological health in adolescents - Moderating effect of emotional regulation. *Korean Journal of Social Welfare Studies*, 38, 353-379.
- Park, H. S. (2012). The relationship between happiness and yangsaeng among university students in the republic of Korea. *Journal of East-West Nursing Research*, 18(1), 31-39.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. New York: Princeton University Press.
- Sung, M. H. (2008). The relationships between peer attachment, self-esteem and adjustment to college life in female college students. *Journal of Korean Academy of Public Health Nursing*, 22(1), 84-96.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.

Self-esteem, Personality and Dating Factors Influencing Positive Affect of Female College Students

Kim, Eun-Ju (Professor, Dept. of Nursing, Hanseo University)

Purpose: This study was conducted to determine factors related to self-esteem, personality, general characteristics and dating affecting positive affect in female college students. **Methods:** The subjects were 335 female students attending the three colleges in Chungnam Province. Data were collected using PANAS, Self-esteem, and DISC questionnaires. Hierarchical Multiple Regression Analysis was mainly used. **Results:** The factors affecting positive affect were self-esteem, personality-dominance type, personality-consciousness type, economic status and boyfriend presence in female college students. These 5 factors accounted for 30.3% of positive affect of female students. In cases of having a boyfriend, factors affecting positive affect were self-esteem, economic status, boyfriend's height, and boyfriend's economic status. These 4 factors accounted for 30.5% of positive affect of female students who have a boyfriend. **Conclusion:** The positive affect levels of female students should be raised in practice through intervention such as a self-esteem improvement program, personality traits intervention program, and counseling on dating.

Key words : Positive affect, Personality, Self-esteem, Dating